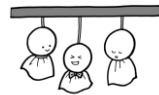


給食だより6月号



町田市立三輪小学校



～今月の給食目標～ 衛生に気をつけて食べよう

6月は「食育月間」です。「食事」は、わたしたちが生きるためのエネルギー源となるだけでなく、「おいしい」と感じたり、家族や友人と一緒に食べることで「楽しい」と感じたり、日々の生活に喜びや楽しみを与えてくれるものです。心身ともに、健康で元気に過ごすには、食生活が鍵となります。是非この機会に、ご家庭でも、食に関することを話題にいただけたらと思います。

✿給食費の口座振替日について

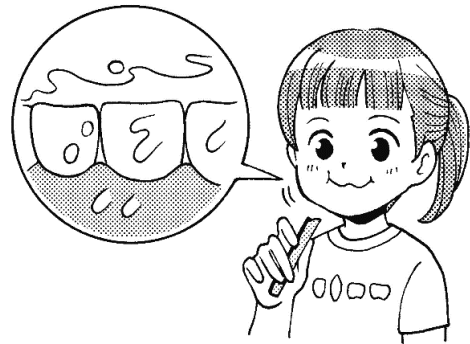
6月分の給食費引き落とし日は、7月1日（月）です。残高不足にならないよう、指定の口座にご入金ください。よろしくお願いいたします。

✿歯と口の健康週間

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。6月4日に「歯と口の健康週間」にちなんだ給食を出します。歯の健康を保つために必要な、噛み応えのある食材やカルシウムを多く含む食材を取り入れた献立になっています。


唾液がむし歯の予防に役立つ

食べ物を食べると、むし歯の原因になる菌が活動して口の中が酸性になり、むし歯がつくられやすい状態になります。唾液には、酸性に傾いた口の中を元の状態に戻す役割があります。さらに、口の中に残っている食べかすを洗い流してくれます。これらの働きによって、むし歯になりにくくなります。このほか、唾液には、消化・吸収を助けたり、病気を引き起こす細菌などの有害なものを減らしたりする働きがあります。



©少年写真新聞社2023

✿食材の産地について（5月分）

たまねぎ	町田市等	セロリ	山形県	カラオレンジ	愛媛県
にんじん		もやし	栃木県	タロッコオレンジ	
こまつな		はくさい	群馬県	せとか	
だいこん		かつお	千葉県等	レモン	高知県
キャベツ		さつまいも		しょうが	
ほうれんそう	東京都	えのきたけ	長野県	きゅうり	
グリーンピース	北海道	エリンギ		じゃがいも	長崎県
とうもろこし		しらす	静岡県	ぶり	
ごぼう	青森県	さやえんどう		アスパラガス	
にんにく		はるか	愛媛県	いか	ペルー